

鶏ねぎザーサイの中華和え



小鉢4人分

鶏肉（ささみかムネ肉） 100g
ザーサイ 40g
長ネギ 50g
酒 大さじ1
しょうゆ 小さじ2
砂糖 小さじ1/3
酢 小さじ1
ごま油 小さじ1

- 1) 鶏肉は、ところどころフォークでさして、酒をふってレンジでチン！（時々爆発するので気をつけて）
- 2) 長ネギは斜めに薄く切って水にさらし、水気を軽めにしぼっておく。
ザーサイは大きければ適当にきる。
- 3) ボウルに、裂いた鶏肉と、すべての材料を入れてよく和える。しばらくなじませるために置く。